

大宮前体育館 一般使用スケジュール 7月分

どなたでも予約なしで参加できるプログラムです。運動のできる服装と室内シューズでご参加ください。

大人200円/枠 小中学生100円/枠

第1日曜日	第1水曜日	第2土曜日	第3日曜日	第3水曜日	第4土曜日
7月4日(日)	7月7日(水)	7月10日(土)	7月18日(日)	7月21日(水)	7月24日(土)

大 体 育 室	午前	①	9:00~10:50	★卓球	★卓球		ミニテニス	卓球	
		②	11:00~12:50	ラージボール卓球	ラージボール卓球		インディアカ	ラージボール卓球	
午後	①	13:00~14:50	バドミントン	パドルテニス	バレーボール	バドミントン	バドミントン	★ソフトバレーボール	
	②	15:00~16:50						バウンドテニス	
夜間	①	17:00~18:50	フットサル	バスケットボール	フェンシング		★フェンシング	バスケットボール	
	②	19:00~20:50			バドミントン				

小 体 育 室	午前	①	9:00~10:50				ソーシャルダンス		
		②	11:00~12:50						
午後	①	13:00~14:50			ダンスタイム	ダンスタイム			
	②	15:00~16:50							
夜間	①	17:00~18:50			ダンスタイム				
	②	19:00~20:50							

武 道 場	午後	①	13:00~14:50	武道タイム				
		②	15:00~16:50					
夜間	①	17:00~18:50	武道タイム					
	②	19:00~20:50						

大宮前体育館 一般使用スケジュール 8月分

第1日曜日	第1水曜日	第2土曜日	第3日曜日	第3水曜日	第4土曜日
8月1日(日)	8月4日(水)	8月14日(土)	8月15日(日)	8月18日(水)	8月28日(土)

大 体 育 室	午前	①	9:00~10:50	★卓球	★卓球		ミニテニス	卓球	
		②	11:00~12:50	ラージボール卓球	ラージボール卓球		インディアカ	ラージボール卓球	
午後	①	13:00~14:50	バドミントン	パドルテニス	バレーボール	バドミントン	バドミントン	★ソフトバレーボール	
	②	15:00~16:50						バウンドテニス	
夜間	①	17:00~18:50	フットサル	バスケットボール	フェンシング		★フェンシング	バスケットボール	
	②	19:00~20:50			バドミントン				

小 体 育 室	午前	①	9:00~10:50				ソーシャルダンス		
		②	11:00~12:50						
午後	①	13:00~14:50			ダンスタイム	ダンスタイム			
	②	15:00~16:50							
夜間	①	17:00~18:50			ダンスタイム				
	②	19:00~20:50							

武 道 場	午後	①	13:00~14:50	武道タイム				
		②	15:00~16:50					
夜間	①	17:00~18:50	武道タイム					
	②	19:00~20:50						

- 一般使用は事前の申込不要です。個人でも気軽にスポーツをお楽しみください。
- 用具のない方には貸出も行っております。ただし、数に限りがありますので室内用のシューズは各自ご用意ください。
- 「★」印の種目は、専門のスポーツアドバイザー配置日です。簡単な助言を受けることができます。スポーツアドバイザーの指示に従ってください。みなさまが公平に楽しめるよう、お互い譲り合ってプレーしてください。
- 27年1月から2時間1枠となりました。①枠と②枠は完全入替制となります。続いてご利用される場合も一度退場し、再度入場料を支払って順番に入場をお願いします。
- ①枠の方は用具の準備、②枠の方は用具の片付け・清掃をお願いいたします。
- バレーボールは6人制で行っております。練習は15分、試合は一方のチームが25点で交代をお願いしております。